



ÔYOSOY®

Aujourd'hui je suis

Ressourcement
Bien-être et santé
Connaissance de soi
Développement personnel

ÔYOSOY®

Votre nouveau centre vous accueille en plein cœur de ville de Thonon-les-Bains.

ÔYOSOY® vous invite à entrer dans un monde de réalisation où votre équilibre sera la clé de tous vos succès.

1000 m² à votre disposition répartis sur quatre pôles :



PRATIQUES COLLECTIVES



ESPACE Ô



SOINS INDIVIDUELS



ÔDITORIUM

Sur une grande amplitude horaire, bénéficiez de :

- plus de 100 cours, ateliers et soins par semaine,
- thérapies alternatives,
- formations professionnelles,
- conférences, stages, concerts, etc.

Passez d'une activité à l'autre

♥ **SANS ABONNEMENT**

♥ **SANS ENGAGEMENT**

au gré de **VOS BESOINS**

et de **VOS ENVIES !**

Votre centre ÔYOSOY®

vous accueille du lundi au samedi

- que vous soyez un particulier ou une entreprise,
- que vous veniez seul(e) ou en groupe,
- quel que soit votre âge.

Bienvenue dans un nouveau monde, le vôtre.



Pratiques collectives

Vous souhaitez améliorer votre équilibre et votre forme physique grâce aux pratiques de pleine conscience ? Acquérir de nouveaux outils pour faire face aux situations stressantes de la vie quotidienne ? Ou simplement venir vous détendre...

Profitez de nos services et prestations :

- 3 studios,
- intervenants experts qualifiés,
- plus de 80 cours et ateliers par semaine,
- pré-réservation en ligne.

Acroyoga ★ Art-thérapie ★ Astrologie ★ Atelier d'écriture ★ Atelier famille MISP ★ Atelier Montessori ★ Atelier philosophique ★ Atelier prénatal ★ Atelier Relation d'aide ★ Coaching ★ Développement personnel ★ Connaissance de soi ★ Dans'harmonie ★ Discipline positive ★ Do in ★ Équilibre corporel ★ Gym douce ★ Hypnothérapie ★ L'homme : virilité et équilibre ★ Méditation ★ Méthode ESPERE® ★ Nutrition et santé ★ Paroles de femmes ★ Pilates ★ Pranayama méditation ★ Psychologie positive ★ Qi gong ★ Reiki ★ Relaxation ★ Rêve éveillé dirigé ★ Sophrologie ★ Tai chi ★ Kundalini yoga ★ Yoga de l'énergie ★ Yoga douceur ★ Yoga du dos ★ Yoga du son ★ Yoga des pharaons ★ Yoga enfant ★ Yoga et santé ★ Yoga Hatha ★ Yoga Nidra ★ Yoga parent/enfant ★ Yoga prénatal ★ Yoga séniors ★ Yoga thérapie ★ Yoga vinyasa ★ etc.



Pour plus d'informations sur les intervenants, leurs pratiques, et pour consulter le planning de tous les cours collectifs, rendez-vous à l'accueil de votre centre ou sur www.oyosoy.com

Ô Espace Ô

Cet espace original est une création ÔYOSOY®. Nous l'avons pensé pour vous en nous inspirant des sciences et des nouvelles technologies afin que votre ressourcement soit optimal.

Votre Espace Ô est une combinaison de différents outils thérapeutiques.

Accessible en libre-service, cette salle de repos nouvelle génération deviendra le meilleur allié de votre bien-être.

1 €
5 min

Pour en connaître les bienfaits, renseignez-vous à l'accueil de votre centre ÔYOSOY® ou rendez-vous sur www.oyosoy.com

Chromôthérapie

Ensemble de techniques utilisant les propriétés de la lumière colorée afin de permettre un ajustement physiologique favorable au maintien et à l'amélioration de votre santé.

Halôthérapie

Méthode de diffusion de sels minéraux et d'oligo-éléments dans l'air ambiant permettant de revitaliser, renforcer et protéger votre organisme. Les bienfaits du sel sont réputés pour leurs effets apaisants. Ce principe 100 % naturel a un effet particulièrement bénéfique sur les voies respiratoires et la sphère dermatologique.

Sonôthérapie

Technique utilisant la vibration du son afin de retrouver le bien-être et l'harmonie par un "massage" sonore. Ce soin active, renforce, rééquilibre le système énergétique et favorise une relaxation profonde.

Arômathérapie

C'est avec la méthode "Bol d'Air Jacquier®" que vous retrouverez une oxygénation cellulaire équilibrée et durable. Ce procédé consiste en l'inhalation d'air enrichi à l'huile essentielle bio de térébenthine appelé Orésine®.



Soins individuels

Besoin de bien-être et de plénitude ?

Accordez-vous une pause !

Réservez un soin dans l'une de nos 2 cabines et passez entre les mains expertes de nos praticiens pour un ressourcement optimum.

- Massage détente aux huiles végétales et/ou essentielles
- Modelage aux huiles végétales
- Équilibrage énergétique
- Reiki
- Soins en lemniscate
- Soins Egypto-Essenien
- Astrothérapie
- Thérapie crano-sacrée énergétique
- Soins métamorphiques
- Constellation familiale
- Chi Nei Tsang
- Naturopathie
- Olfactothérapie...

À la suite de votre moment de détente, afin d'en prolonger les bienfaits, profitez gratuitement de l'Espace Ô*.

Ces outils complètent la médecine traditionnelle sans s'y substituer. Par précaution, n'hésitez pas à demander conseil à votre médecin.

**voir conditions à l'accueil.*





Formations

ÔYOSOY® propose des modules de formation permettant d'améliorer les objectifs de chaque individu dans son besoin d'équilibre, de performance et de bien-être.

Nos experts apportent des solutions théoriques et des outils pratiques à la vie positive et à la réalisation de soi.

Formations OYOSOY®

- Implicit Career Search®
- Human Element®
- Bien-être et performance®
- Intelligence émotionnelle et sociale
- Le management orienté solution
- Gestion du stress
- Développer son leadership
- Aller chercher ses ressources
- Les lois du succès et de l'épanouissement personnel
- Les clés d'un bon management
- Comment développer son efficacité personnelle dans le travail
- Gestion des conflits
- Le management 3.0
- Boostez votre créativité
- Burn-out
- Les attitudes gagnantes
- Développement personnel "connais-toi toi-même"
- Leadership au féminin
- Améliorer sa communication interpersonnelle
- Développer sa motivation et celle de son équipe
- Accompagnement vers le changement
- Cohésion et équilibre

Solutions ÔYOSOY®

- prix attractifs
- formations innovantes
- outils concrets
- intervenants experts
- flexibilité et liberté d'utilisation
- avantages fidélité
- système de réservation en ligne



Pour plus d'informations : les détails, dates, tarifs, etc.
rendez-vous à l'accueil de votre centre
ou sur www.oyosoy.com



Évènements

ÔYOSOY® organise des évènements tout au long de l'année :

- conférences/débats animés par des spécialistes
- formations,
- concerts et spectacles variés,
- projections de documentaires,
- salons...

Retrouvez nos animations sur des thématiques de santé, de bien-être, de développement personnel, de connaissance de soi, etc.

ÔYOSOY® met à votre disposition une salle accueillante et confortable de 270 places, appelée l'ÔDITORIUM.

Consultez notre agenda et réservez dès à présent votre place à l'accueil de votre centre ou sur www.oyosoy.com





Nous rejoindre



- À pied :
 - à 4 minutes des Thermes de Thonon
 - à 5 minutes de la place des Arts
 - à 6 minutes de la gare SNCF
 - à 7 minutes de l'office de tourisme



- En voiture :
 - parking Étoile : 5, avenue du Gal de Gaulle
 - parking Jules Mercier : rue de l'Hôtel Dieu
 - parking des Arts : place des Arts
 - parking Aristide Briand : square Aristide Briand



- En bus :
 - Ligne D - arrêt Parc Thermal ou Jules Mercier



- En train :
 - Gare de Thonon-les-Bains



- Par avion :
 - à 60 minutes de l'aéroport de Genève

Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi : 9 h - 21 h
Samedi : 9 h - 18 h

ÔYOSOY

www.oyosoy.com

info.thonon@oyosoy.com

Tél. +33 (0)4 50 72 21 15

L'Étoile • 9 D, av. du Gal de Gaulle • 74200 THONON - France

